

令和2年度体力・運動能力調査結果の概要（速報）

1 調査概要

（1）令和2年度調査について

令和2年度は、調査期間の延長や、各都道府県で実施可否の判断を可能とし、全都道府県に調査を依頼した。

詳細の実施内容は以下のとおり。

（2）実施時期

令和2年度は、例年より1～4カ月程度遅れて実施した。

令和2年度：6月～11月

※（参考）令和元年度 小中高：5月～7月、それ以外：5月～10月

（3）調査項目

新体力テスト実施要項に定められたテスト項目（含むアンケート項目）。

※ 青少年の例：握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン（12-19歳は持久走との選択）、50m走、立ち幅とび、ソフトボール投げ（12-19歳はハンドボール投げ）

（4）調査を実施した都道府県

調査を実施した都道府県数は、年齢階層ごとに異なっており、具体的には表1のとおり。

（表1）年齢階層別の調査実施都道府県

| | |
|-----------|----|
| 6～11歳 | 13 |
| 12～17歳 | 14 |
| 18～19歳（※） | 16 |
| 20～64歳 | 21 |
| 65～79歳 | 20 |

※ 該当都県の国立大学、国立高専、公私立短大、高等学校定時制のみ。

（5）標本数

合計点標本総数は、8,431人（前年の15.1%）

全テスト項目を実施できていない標本数を含めると14,821人（前年の23.5%）。

※（参考）令和元年度の標本総数 62,936人（回収率84.8%）。

2 調査結果における留意点

上記1にあるとおり、令和2年度の調査はコロナ禍のもとで実施されたものであり、全ての都道府県では実施できなかったことに加え、実施時期や標本数等も例年とは異なっている。そのため、令和2年度の調査結果を例年の結果調査とを比較する際には、以下の点に留意する必要がある。

(単純な比較ができない原因)

- ① 標本数が例年の6分の1程度（前年度の15.1%）と少ないこと。
- ② 標本数の減少に伴い、サンプリング・バイアスの有無についての精査が必要であるが、その確認は困難で明らかにできないこと。
- ③ 年齢階層および性別ごとの標本数は概ね200～300程度あるが、例えば成人を対象とした急歩等でデータ数が極めて少ないこと。
- ④ 調査実施期間が例年より後ろ倒しされている。このため、青少年においては、成長に伴う発達の影響が結果に反映されている可能性があること。

3 体力および運動習慣の変化

(1) 体力テスト合計点について（図1 ※拡大図をP.6に掲載）

体力テストの合計点は、青少年の一部を除いて、全般的にわずかではあるが合計点の低い傾向がみられる。

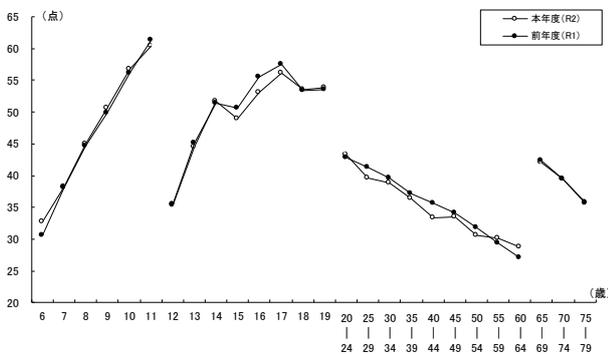


図1 新体力テストの合計点（男子）

(注) 1. 合計点は、新体力テスト実施要項の「項目別得点表」による。
2. 得点基準は、6～11歳、12～19歳、20～64歳、65～79歳で異なる。

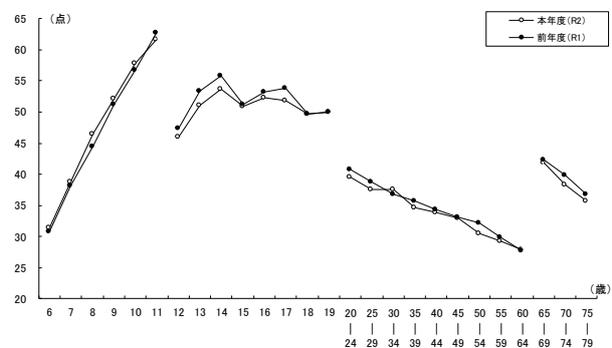


図1 新体力テストの合計点（女子）

(注) 1. 合計点は、新体力テスト実施要項の「項目別得点表」による。
2. 得点基準は、6～11歳、12～19歳、20～64歳、65～79歳で異なる。

(2) 運動実施状況について（図2）

週1日以上運動実施状況は、男女ともあまり大きな違いはみられない。

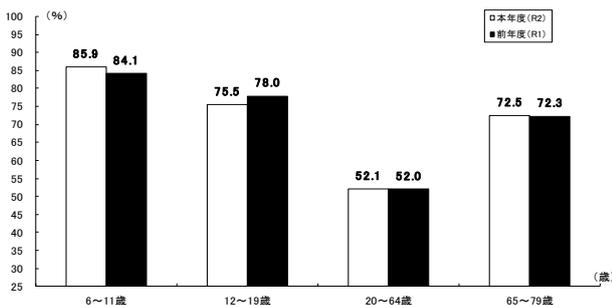


図2 週1日以上運動実施状況（男子）

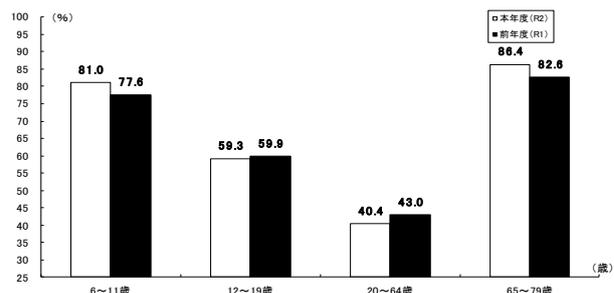


図2 週1日以上運動実施状況（女子）

4 年代別に見た体力結果の特徴

(1) 青少年

① 小学生（表2）

- ・ 体力テストの合計点は、前年度よりも高い（11歳を除く）。
- ・ ほとんどのテスト項目で、前年度と比べてほとんど同じか、わずかながら高い。

（表2）小学生の合計点の平均値

| 区 分 | 年齢階層 | 男子（点） | | 女子（点） | |
|-----|------|-------|-------|-------|-------|
| | | 令和2年度 | 令和元年度 | 令和2年度 | 令和元年度 |
| 小学生 | 6歳 | 32.67 | 30.65 | 31.37 | 30.78 |
| | 7歳 | 38.25 | 38.10 | 38.82 | 38.22 |
| | 8歳 | 45.00 | 44.71 | 46.53 | 44.50 |
| | 9歳 | 50.64 | 49.83 | 52.09 | 51.28 |
| | 10歳 | 56.81 | 56.09 | 57.83 | 56.69 |
| | 11歳 | 60.40 | 61.29 | 61.72 | 62.72 |

② 中学生・高校生・大学生等（表3）

- ・ 中高生の合計点は前年度よりもわずかに低い（14歳男子を除く。）。
- ・ 項目別に見ると、ほとんどの項目では、変化に一定の傾向はみられない。

（表3）中学生・高校生・大学生等の合計点の平均値

| 区 分 | 年齢階層 | 男子（点） | | 女子（点） | |
|------|------|-------|-------|-------|-------|
| | | 令和2年度 | 令和元年度 | 令和2年度 | 令和元年度 |
| 中学生 | 12歳 | 35.33 | 35.54 | 46.00 | 47.42 |
| | 13歳 | 44.49 | 45.07 | 51.05 | 53.45 |
| | 14歳 | 51.66 | 51.32 | 53.63 | 55.83 |
| 高校生 | 15歳 | 48.97 | 50.66 | 50.98 | 51.18 |
| | 16歳 | 53.10 | 55.46 | 52.24 | 53.27 |
| | 17歳 | 56.15 | 57.55 | 51.84 | 53.90 |
| 大学生等 | 18歳 | 53.55 | 53.45 | 49.75 | 49.70 |
| | 19歳 | 53.85 | 53.46 | 49.94 | 50.02 |

(2) 成人 (表4)

- ・成人の合計点は前年度と比較するとほとんどの年齢の男女でわずかに低い。
- ・項目別に見ると、ほとんどの項目が前年度と比べてわずかに低い。

(表4) 成人の合計点の平均値

| 年齢階層 | 男子 (点) | | 女子 (点) | |
|--------|--------|-------|--------|-------|
| | 令和2年度 | 令和元年度 | 令和2年度 | 令和元年度 |
| 20～24歳 | 43.24 | 42.88 | 39.51 | 40.76 |
| 25～29歳 | 39.63 | 41.33 | 37.60 | 38.78 |
| 30～34歳 | 38.78 | 39.59 | 37.62 | 36.83 |
| 35～39歳 | 36.41 | 37.20 | 34.57 | 35.76 |
| 40～44歳 | 33.31 | 35.59 | 33.95 | 34.40 |
| 45～49歳 | 33.43 | 34.06 | 32.99 | 33.08 |
| 50～54歳 | 30.56 | 31.76 | 30.51 | 32.17 |
| 55～59歳 | 30.08 | 29.40 | 29.25 | 29.84 |
| 60～64歳 | 28.70 | 27.10 | 27.87 | 27.77 |

(3) 高齢者 (表5)

- ・高齢者の合計点は前年度と比較するとわずかに低い。
- ・項目別に見ると、ほとんどの項目が前年度と比べてわずかに低い。

(表5) 高齢者の合計点の平均値

| 年齢階層 | 男子 (点) | | 女子 (点) | |
|--------|--------|-------|--------|-------|
| | 令和2年度 | 令和元年度 | 令和2年度 | 令和元年度 |
| 65～69歳 | 42.12 | 42.44 | 41.81 | 42.25 |
| 70～74歳 | 39.46 | 39.50 | 38.38 | 39.82 |
| 75～79歳 | 35.62 | 35.75 | 35.71 | 36.77 |

5 テスト項目から見たコロナ禍の影響

体力テスト調査結果を項目別に見ると、青少年、成年、高齢者の全ての年齢階層および男女に共通する傾向については認めにくい状況にあるが、体力テストの合計点を見ると、小学生を除くほとんどの世代で前年度と比べわずかに低い。

なお、令和2年度の体力テスト前にコロナ禍が社会活動に影響を及ぼした期間は数カ月と短いことや、調査の標本数が少ないこともあり、今回の調査でその影響を評価する

ことは困難である。

コロナ禍が国民の体力・運動能力に及ぼした影響については、コロナ禍がある程度の期間以上続いた後に実施することになる令和3年度以降の調査において、引き続き分析していくことが必要と考えられる。

6 今後のスポーツ庁の対応

学校の休校や部活動の休止、テレワークの拡大、運動施設の利用制限や運動教室の実施制限等の影響は、地域における感染の広がりや年齢階層等ごとに千差万別であることを踏まえ、以下の取組を継続していく。

- (1) スポーツ実施率向上のための行動計画に基づき、子供・若者、ビジネスパーソン、高齢者、女性及び障害者といった対象ごとに、それぞれの課題を踏まえた対応を推進する。
- (2) 「Sport in Life」プロジェクトの推進により、企業、自治体等におけるスポーツ推進に向けた取り組みの水平展開や、スポーツ実施上の課題を解決するための実証事業を推進する。
- (3) 地域の高齢者や治療を要する人を対象として、スポーツによる健康づくりを支援する「運動・スポーツ習慣化促進事業」を自治体と連携して推進する。
- (4) 新型コロナウイルス感染症により自粛傾向になったスポーツの再開に向け、子供の運動機会の確保やスポーツ関係団体への支援を行うとともに、スポーツを安全に行うためのガイドラインや、外出自粛による高齢者のフレイルや認知機能の低下の予防に向けた情報発信等を推進する。

作成：スポーツ庁健康スポーツ課

○体力テスト合計点について（図1 拡大図）

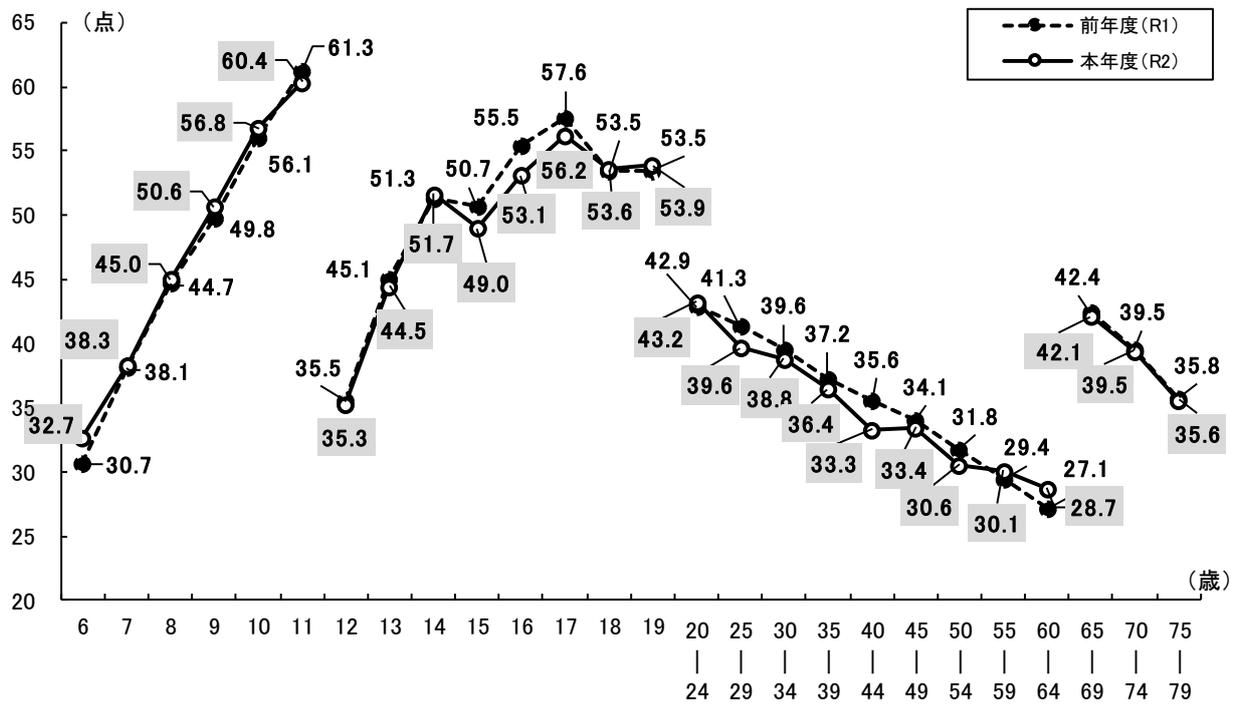


図1 新体力テストの合計点（男子）

- (注) 1. 合計点は、新体力テスト実施要項の「項目別得点表」による。
 2. 得点基準は、6～11歳、12～19歳、20～64歳、65～79歳で異なる。

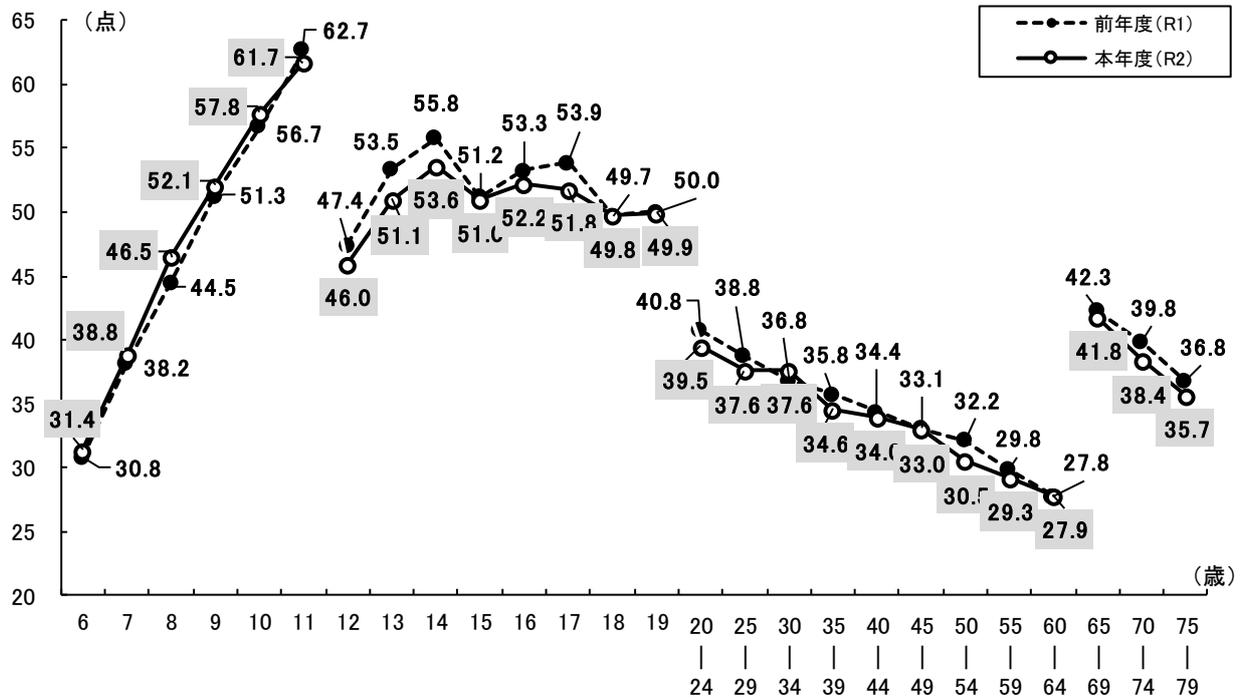


図1 新体力テストの合計点（女子）

- (注) 1. 合計点は、新体力テスト実施要項の「項目別得点表」による。
 2. 得点基準は、6～11歳、12～19歳、20～64歳、65～79歳で異なる。